

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi yang terjadi jika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Penderita hipertensi merupakan salah satu faktor risiko terjadi penyakit degeneratif seperti stroke, penyakit jantung, dan penyakit pembuluh darah lainnya. Pengukuran tekanan darah merupakan salah satu cara untuk mendeteksi secara dini faktor risiko penyakit tidak menular seperti stroke, penyakit jantung, dan gangguan fungsi ginjal. Peningkatan tekanan darah tinggi yang berlangsung lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak ditangani secara cepat dapat mendapatkan pengobatan yang memadai. Risiko lain yang mengakibatkan oleh hipertensi adalah ansietas (Suciana et al., 2020). Ansietas yang sering terjadi disebabkan oleh hipertensi. Tekanan darah tinggi adalah salah satu penyakit yang dapat menimbulkan masalah lain seperti stroke, gagal jantung, ginjal, dan tentunya semua itu menyebabkan kematian. Oleh karena itu, pencegahan dini dilakukan agar penyakit darah tinggi tidak menimbulkan masalah baru bagi penderita. Hal inilah yang membuat penderita hipertensi cemas akan kondisi dirinya. Kekhawatiran pasien akan timbulnya suatu masalah-masalah baru yang ada pada penderita hipertensi akan menyebabkan gangguan mental, emosional atau perasaan yang sering kita jumpai salah satunya adalah ansietas. Perasaan ini muncul akibat ketakutan dan ketidaktahuan seseorang tentang apa yang dialaminya dan apa yang akan terjadi kedepannya.

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyimpulkan bahwa seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi. Prevalensi hipertensi sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang akan terkena hipertensi. Pasien dengan hipertensi selain mengalami gangguan secara fisiologi, pengobatan yang lama dan ancaman komplikasi dapat mengakibatkan pasien hipertensi terganggu secara psikologis, salah satunya adalah ansietas (Slametningsih, 2018). Ansietas adalah suatu perasaan takut yang berasal dari eksternal atau internal sehingga tubuh memiliki respon secara perilaku, emosional, kognitif, dan fisik. Di Indonesia prevalensi ansietas diperkirakan berkisar antara 9%-12% populasi umum, angka yang lebih besar yaitu 17-27% dilaporkan dari tempat-tempat pelayanan kesehatan umum. Oleh karena itu, pasien yang mengalami ansietas dapat memicu terjadinya peningkatan adrenalin yang berpengaruh pada aktivitas jantung yaitu terjadi vasokonstriksi pembuluh darah dan dapat meningkatkan tekanan darah atau hipertensi (Hipnosis et al., 2023). Efek dari ansietas dapat mempengaruhi rangsangan pada sistem saraf simpatis, sehingga meningkatkan frekuensi darah, dan curah jantung. Hal ini juga membuat jantung berdetak lebih cepat serta kuat sehingga tekanan darah meningkat. Pasien yang menderita ansietas dapat diatasi melalui pengobatan farmakologi dan non farmakologi.

Terapi farmakologis adalah terapi obat yang diberikan untuk mengurangi efek ansietas tetapi memiliki ketergantungan, sedangkan terapi non farmakologis diberikan dengan membangun hubungan saling percaya, kesadaran diri, melindungi pasien, modifikasi lingkungan, dan memotivasi pasien. Sedangkan cara lain untuk dapat diberikan oleh pasien seperti psikoterapi, dan terapi relaksasi (Chan, 2020). Ada intervensi keperawatan dalam non farmakologis untuk mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi dengan hipnosis lima jari yang dapat menimbulkan efek relaksasi tinggi, sehingga akan mengurangi ketenangan pasien, menurunkan peningkatan kerja jantung, pernafasan, tekanan darah, denyut nadi, ketegangan otot, dan kecemasan (Winengsi, Erlin & Jumiya, 2019). Hipnosis lima jari adalah pemusatan pikiran pada bayangan atau kenangan yang diciptakan sambil menyebutkan lima jari secara berurutan dalam keadaan yang rileks dan waktu dilakukan sekitar 20 menit.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk mengangkat Karya Tulis Ilmiah dengan judul Reduksi ansietas : Kegiatan pengalihan ketengan dengan hipnotis lima jari untuk masalah keperawatan ansietas pada pasien hipertensi Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.